

Утверждаю

и.о. заведующего
МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
_____/Малько Н.Л./

МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	4,91	4,95	14,24	121,86	0,64
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,45	2,22	0,14	30,30	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	13,49	85,55	0,47
Итого			425	13,27	13,73	47,98	369,84	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,20	0,03	0,43	3,26	1,25
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,46	9,64	12,82	160,47	11,73
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,39	16,12	3,97	210,18	0,45
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,92	4,97	19,94	136,39	9,70
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,09	0,02	13,34	54,32	0,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			645	24,36	31,38	70,30	663,62	23,74
Полдник								
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,97	6,66	42,17	252,66	0,10
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,40	2,80	12,65	90,35	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого			290	11,46	10,24	80,32	461,17	0,62
Всего				49,59	55,45	208,70	1 537,63	27,47